

BUUGYARAHA LOOGU TALAGALAY
BIXIYEYAASHA SHAQSIGA AH Ee DDD
(QEYBTA NAAFADA KORRIINKA)



ADSA Aging & Disability
Services Administration

Division of Developmental Disabilities

Horudhac

Buugyarahen ayaa wata macluumaadka aad uga baahan tahay inaad ogaato markaad ugu shaqeyneyso bixiye shaqsi qandaraas ka haysta Qeybta Naafada Korriinka (DDD). Waa in lala isticmaalaa Hagaha Tixraaca Shaqaalah ee loogu talagalay Bixiyeyaasha Shaqsiga ah (Qoraalka # 22-221 ee DSHS).

Fadlan u akhri macluumaadkan si taxaddar leh oo u hayso tixraaca mustaqbalka. Haddii aad su'aalo dheeraad qabto, fadlan la xiriir xafiiska DDD ee deegaankaaga.

Deegaanka 1 DDD

Spokane:.....**1-800-462-0624**

Deegaanka 2 DDD

Yakima:.....**1-800-822-7840**

Deegaanka 3 DDD

Everett:.....**1-800-788-2053**

Deegaanka 4 DDD

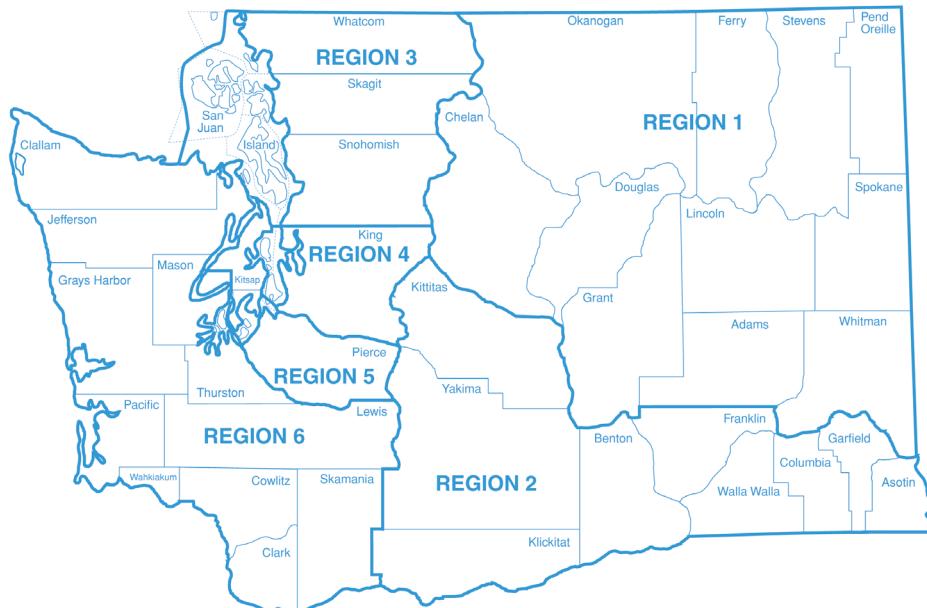
Seattle:.....**1-800-314-3296**

Region 5 DDD

Tacoma:.....**1-800-248-0949**

Deegaanka 6 DDD

Olympia:**1-800-339-8227**



MAWDUUCYADA

KELMADAH A HADAFKA IYO UJEEDDADA1

KHIBRADAHA ADEEG BIXIYAH A SHAQSIGA AH.....2

XIL-SAARNIDA DARYEEL-BIXINTA3

KA WARBIXINTA SHAQIGA SI XUN ULADHAQANKA/DAAYACA.....3

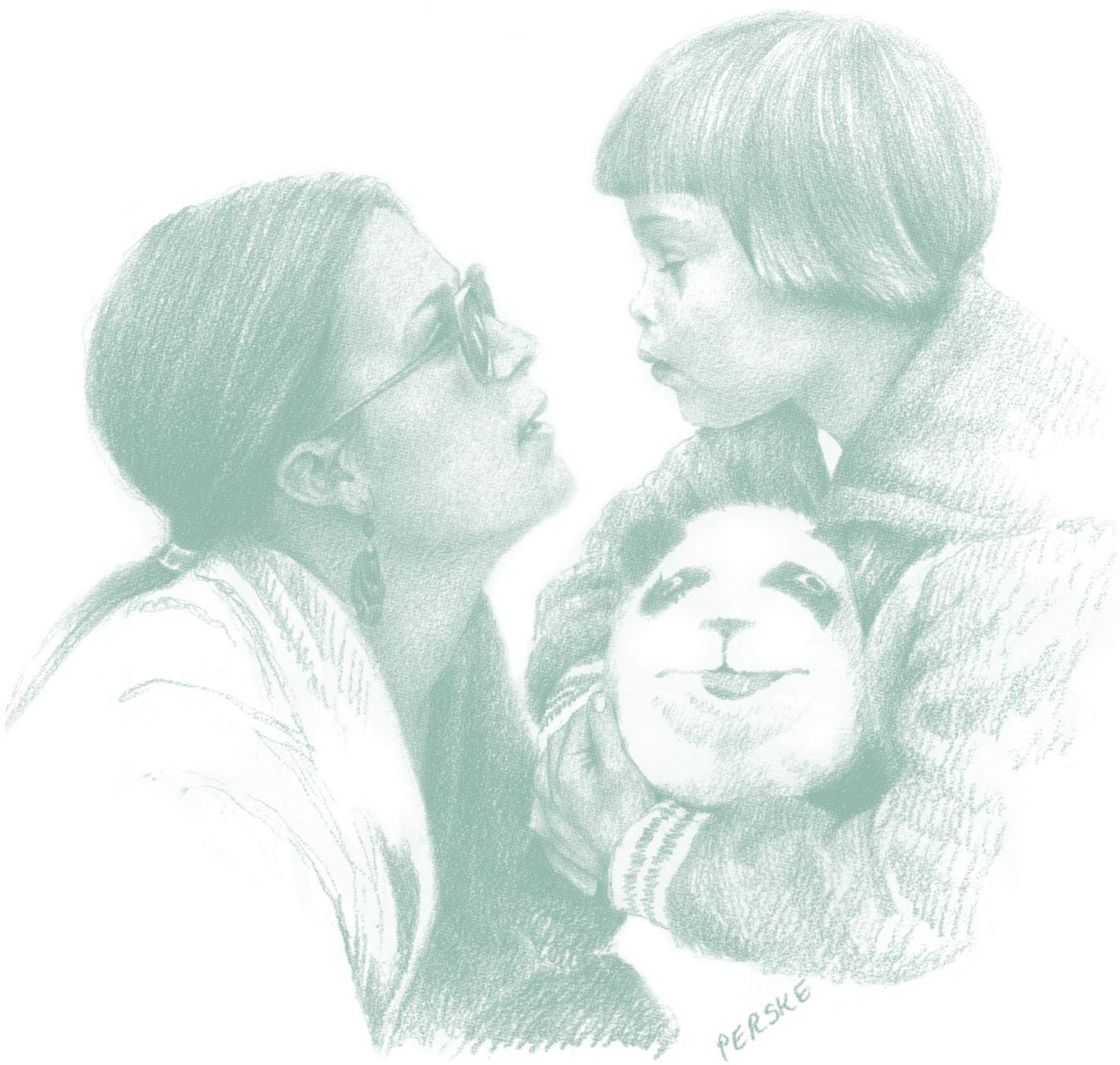
XURMAYNTA SHAQSIYAADKA IYO QOYSASKA4

TAAGEERADA ANSHAXA QUMAN5

KA TAXADDARKA GUUD EE CAAFIMAAD.....7

QORSHE ADEEG7





PERSKE

Kelmadaha Hadafka U Ah Waaxda

Waaxda Adeegyada Bulshada iyo Caafimaadka ayaa horumarin doonta badbaadada iyo caafimaadka shaqsiyaadka, qoysaska iyo beelaha iyaga oo siiya hoggaan oo u sameeya ka-qaybgal iyo iskaashi.

Kelmadaha Ujeedooyinka DDD

Qeypta Naafada Korriinka (DDD) ayaa ku dadaaleysa inay ku sameyso isbeddel wax ku ool leh nolosha dadka u qalma adeegyada, iyada oo u fidisa taageerooyin iyo adeegyo tayo leh oo ah:

- Kuwo ay socodsiiyaan shaqsiga/qoysku
- Degganaan iyo dabacsanaan leh;
- Deeqliin u leh qofka iyo qoyska; iyo
- La kulmeysa baahida shaqsiga.

Taageerooyin iyo adeegyo tayo leh aaya loo bixin doonaa habab hubisa sidii dadku u heli lahaayeen macluumaadka loo baahan yahay sidii go'aammada waxyaabaha la kala dooran karo loo samayn lahaa oo loo siin lahaa fursadaha ugu wanaagsan ee guusha u horseedi lahayd.

Si aan u gaarno ujeeddayada, DDD ayaa ayideysa mabaadii'dan lagu hawlgalo:

Qofka shaqsiga ah qiimahiisa iyo horumarkiisa

Dadka ayaa loogu sahqayn doonaa si sharaf xushad u leh kala duwanaanshaha shaqsiga oo waxa lagu taageeri doonaa sii ay u soo mari lahaayeen faa'iidooyinka ay leeyihii asxaabta iyo qoysaska; awoodda iyo xulashada shaqsiga; qiimaynta qofka iyo aqoonsiga quman kaligeed iyo kuwa kaleba; isku-darka; kartida in la maamulo waxqabadyo maalmeedka Iyo raadsiga hadafyada shaqsiyed; iyo caafimaadka iyo badbaadada.

Sii waditaanka iyo isku-dubbaridka adeegyada

Adeegyada ayaa lagu bixin nidaam dabacsan, oo dadka u oggolaanya inay joogaan guryahooda iyo beelahooda meel kasta oo suurtagal ah.

Ka qaybqaadashada iyo isbahaysiga beesha

Adeegyada iyo taageerooyinka ayaa horumarin doona ka qayb-qaadashada iyo isbahaysiga isticmaalyaasha, waalidiinta, adeeg bixiyeyaasha, u-doodayaasha, dowladaha hoose, muwaaddiniinta iyo meheradaha.

Xurmaynta Shaqaalaaha

Shaqaalaaha ayaa ah in loola dhaqmo inay yihii kheyraadka ugu qiimaha badan ee qeypta.

Xil-qaadka tayada adeegyada iyo waxqabashada

DDD ayaa xil-qaad ugu ah dadweynaha in si waxtar iyo taxaddar leh loo Istimmaalo kheyraadka. DDD ayaa dib-u-eeg, qiiinayn, Iyo wax ka beddelba si joogto ah ugu samayn doonta barnaamijyada iyo adeegyada.

Takoor-la'aan

DDD ayaaan waxba ku kala takoori doonin iyada ku saleysan lab/deddig ahaan, jinsiyadda, midabka, diinta, qaran ka soo jeedka, da'da, naafonimada, heer guur, u-jeedka lab/dheddig/ku tuhun ujeedkeeda marka loo oggolaanayo ama marin u helidda adeegyada, daaweynta, am shaqaalaynta.

Khibradaha Bixiyaha Shaqsiga Ah

Adigu waxaad noqotay “bixiye shaqsi ah” markaad qandaraas la gasho Qeybta Naafada Korriinka (DDD) si aad u bixiso adeegyadan bixiye shaqsi ee soo socda:

- **Daryeel Shakhsiyeed Medicaid (MPC);**
- **Daryeel Shakhsiyeed Ka-Dhaafka (WPC); ama**
- **Ka-Nasinta Daryeelka.**

Bixiye shaqsi markaad tahay, adigu MA tihid shaqaale DSHS. Adigu waxaad shaqaale u tahay qofka aad daryeelka u bixinayo, ama qoyska qofka markuu qofku yahay ilmo ka yar da'da 18 sano. Qofka ka tirsan DDD ee hela adeegga iyo/ama qoyska adeeg helaha ayaa shaqada qora, kor-meera, ama shaqada ka erya bixiyaha. Marka lagu shaqeynayo ahaan Bixiye Shaqsi ahaan ayaa noqon kara labadaba wax hawl badan oo isla markaana la jecleysto. Adigu waxaad ka caawin doontaa loo-shaqeeyahaaga (qofka naafanimada korriinka leh) hawlo badan. Waa mas'uuliyad muhiim ah.

Waa inaad u lahaataa xirfadaha iyo kartida:

- Aad ku fahanto qorshaha taageerada qofka;
- Inaad bixiso adeegyada lagu qeexay qorshaha taageerada qofka;
- Inaad fahanto jahooyinka gaarka ah ee dareel bixinta;
- Inaad tilmaanto xaaladaha dhibaatada leh oo ficalka loo baahan ka qaaddo;
- Inaad ka jawaabto xaaladaha deg-degga ah ee aan lahayn kormeerka tooska ah;
- Inaad fahamto sida loo-shaqeeyahaagu u rabo inaad hawlaha u qabato;
- Inaad si madax-bannaani ah aad u shaqeyso; iyo
- Inaad isku-hallayn iyo xil kasnimo yeelato.

Waa INAADAN:

- Ka aqbalin hadiyadaha, lacagta, ama amaahda loo-shaqeeyahaaga ama qoyskiisa/keeda.
- Aqbalin bixin dheeraad ah oo saacadaha adeegga ah ee DDD lacagta kugu siiso.
- Waxba ka iibsan loo-shaqeeyahaaga.
- Wax ka iibin loo-shaqeeyahaaga.
- Ka sheegin macluumaadka ku saabsan loo-shaqeeyahaaga ama qoyska iyada oo aadan iyaga oggolaan gaar ah ka helin. Macluumaad kasta oo qofka ama qoysku kula wadaago adiga waa inay asturnaadaan oo waa inaan lala wadaagin kuwo kale.
- Ku bixin adeegyada gurigaaga haddii ay fasaxyaan xeerkarka barnaamijku oo si gaar ah DDD ugu oggolaato qorshaha taageerada qofka mooyee.
- Fulin hawl kasta oo u baahzn shaqaale daryeel-caafimaad shariyeysan, oo ay ka midka yhiin Kalkaaliye Caafimaad Shariyeysan (RN) ama Kalkaaliye Caafimaad Waxqabad shariyeysan (LPN). Wuxuu la fahamsan yahay in bixiyaha ay wax siku yhiin adeeg qaataha u la leeyayah xiriir ka duwan “loo-shaqeeyahiisa/eeda/qoyskiisa/keeda” oo loo oggol yahay inuu qabto qofku hawlaha daryeelka shariyeysan.
- Bilaabin shaqada loo-shaqeeyahaaga illaa aad dib-u-eegto qorshaha qixinta loo-shaqeeyahaaga, oo aad haysato liis la-xiriirkka xaaladaha deg-degga ah, iyo fasax saxeexan oo oggolaanya daaweynta caafimaad ee deg-degga ah.

Xil-Saarnida Daryeel-Bixinta

- **Deyrinta:** Sharciga gobolka ayaa ka dhigaya dembi deyrinta qofka ku-tiirsanaha ah. “Deyrinta” micnaheedu waa ka tagitaanka qof ku-tiirsane ah iyada oo qofku uusan haysan dariiq ama karti lagu helo waxyaabaha loogu baahan yahay aasaasiga nolosha. Haddii aad rabto inaad ka tagto ama aad joojiso shaqada, waa inaad siisaa ugu yaraan laba (2) usbuuc oo horay ugu ogeysiin ah loo-shaqeeyahaaga, wakiilkiisa/eeda sharci, iyo maamulaha DDD ee kheyraadka keyska. Waxa lagaa filaya inaad ku sii wadato shaqada illaa taariikhda joojinteeda.
- **Baaxadda Waxqabashada:** Waa inaad raacdaa xeeraka qandaraaska la isku oyahay oo kaliya aad bixisaa adeegyadaas lagu oggol yahay hoostiisa sharcigaas. Hawlahu u baahan xirfad yaqaan daryeel caafimaad sharciveysan ayaan wax soo celin lahayn markay tahay qandaraasyada Bixiyaha Shaqsiga ah. Waxa jira laba ka reebban arrintan:
 - Bixiyeyaasha ehelka ah ayaa si sharci ah u qaban kara hawlahu daryeel-caafimaad ama hawlahu caafimaad ee ku qoran qorshaha taageerada qofka; iyo
 - Darka kartida u leh inay laftooda-tilmaansadaan daryeel-caafimaadkooda ayaa dooran kara inay tababbaraan oo ay tilmaamaan Bixiyahooda Shaqsiga si u qofkaasi u qabto hawlo kasta oo caafimaad. Haddii aad oggolaato inaad qabato hawsha, waa inaad racdaa qorshaha taageerada qofka. Haddii “daryelka qofka laftiis-tilmaansiga ah” ama hawlahu daryeel caafimaadka gaarka ah ayna ku jirin qorshaha taageerada, u wargali maamulaha DDD ee kheyraadka keyska.
- Qofka ama qoyskiisa/keeda ayaa kaliya ku weydiisan kara adiga inaad qabato hawlo dheeraad ah haddii:
 - Adigu aad oggolaato inaad sidaas samayso; iyo
 - Hawlahu dheeradka ah ayaa lagu qaban doonin wakhtiga gobolku lacagta ka bixiyo.
- Haddii lagu weydiisto inaad qofka gaadiid ku qaaddo iyada oo qayb ka mid ah hawlahaaaga oo ay tahay hawl adiga lagugu hagaajiyay oo ku jirta qorshaha taageerada qofka, waa inaad haystaa liisan dareewal sharci ah oo uusan waqtigu ka dhicin iyo caymis baabuureed. haddii aadan bixin karin adeegyada gaadiidka, u sheeg loo-shaqeeyahaaga iyo Maamulaha DDD ee Kheyraadka Keyska.
- Waa inaad si xun ula dhaqmin, daayicin, ama aad ka faa'iideysan ilmo kasta ama qof qaan-gaar ah oo jilicsan iyada oo jirka ah, hadal ahaan ah, maskax ahaaniyo u-tagitaan ahaan ama lacag ahaanba.
- Haddi wax su'aalo ama welwel ah aad ka qabto waxa ku saabsan waajibaadyada shaqadaada, fadlan la xiriir Maamulaha DDD ee Kheyraadka Keyska.

Ka-Warbixinta Si-Xun Ula-Dhaqanka ama Daayacaadda

Markaad tahay bixiye qandaraas qaatay adiga waxa u sharcigu kaa rabaa inaad ka warbixiso si xun ula dhaqan/daayacaad kasta Adeegyada Badbaadinta Ilmaha (CPS) ee ku yaal deegaanka ama Adeegyada Badbaadinta Qofka Qaan-Gaarka ah (APS), kolba sida ku habboon. Lambarrada taleefanka ee maxalliga ah ayaa ku qoran bogagga dowladda ee buuggaaga taleefanka iyaga oo hoos yimaad Gobolka Washington. Wuxaad waliba u wici kartaa 1-866-ENDHARM.

Xurmaynta Shaqsiyaada iyo Qoysaska aad U Shaqeyso

- Had iyo jeer ula-dhaqan dadka iyo qoysaska aad u shaqeyso si xurmayn leh. Xurmee waxyaabaha ay doortaan iyo waxyaabaha ay nolosha ka soo mareen.
- Dhageyso dadka iyo qoysaskooda. Tan micnaheedu waa adiga oo wakhti u qaata inaad u dhageysato si taxaddar leh, oo aad weydiiso su'aalo, iyo adiga oo u fiirsada luqad jidheedka. U-qaadu dadku waxay ka welwelsan yihiin si dhab ah oo aan dhayalsi-lahayn.
- had iyo jeer u fidi waxyaabo xulada da'da ku habboon, gaar ahaan haddii uuna si toos ah u sheegan karin waxa isagu ama iyadu rabto. Mararka qaarkood wey ka fudud tahay in loogu jawaabo su'aal xulasho xaddidan leh, sida "Ma rabtaa inaad Applebee's tagid ama McDonald's?" halkii aad ka weydiin lahayn su'aaln gadaal-ka-furan ah sida " Halkeed u rabtaa inaad casho u tagto?"
- Dabacsanaan lahow. Bixiyeyaasha Shaqsiga ah ayaa ah inay ku hagajistaan jadwalkooda baahida shaqsiyaada aya u adeegaan, iyada oo ahayn isweydaarinta kale. U-oggolow qofka aad adeegsado inuu dejisto jadwal uu isagu ama iyadu leedahay.
- Dadka aad u adeegtaa ayaa xaq u leh inay yeeshaan qarsoonaan shaqsi ahaan ugu gaar ah. Hada iyo jeer garaac qolka intaadan soo galin qolka. Sug jawaabta. Ogsoonow baahida qofka uu ugu baahan yahay wakhti gaar ah iyo wakhtiga u gaarka kaligood asxaabta.
- Ogow in dadka iyo qoysasku aad u adeegto ay yeelan karaan aragtiyo kal duwan oo ku saabsan arrimo dhowr ah. Sidaad uga welwelsan tahay arrin, sida nadaafadda oo kale, ayaan noqon karin kooda oo kale. Waxa jira aragtiyo badan oo kal duwan, oo dhammaantood la aqbali karo.
- Haddii aadan samayn karin waxa u qofku ama qoysku rabo inaad sameyso, daacad ka ahow arrimaha ku saabsan arrinta. Adiga oo yidhaa sida " Anigu arrintaa kuma kalsooni' ayaa kaga wanaagsan halkii aad ka odhan lahayd "Taasi waa khalad."
- Wuxuu ka wanaagsan inaad u sheegto qof natijjooyinka ka bixi kara anshaxoodaa halkii aad ugu sheegi lahayd wixii la qaban lahaa. Ta;ada waa in lagu siyyaa habab ku habboon da'da oo xurmeynaya qofka iyo aragtiisa/deeda iyo waayo aragooda nolosha.
- Maadeynta ayaa arrinta wax ka geysaneysa. Maadeynta la wadago ayaa inaga caawisa kalsooni la'aanta qaarkood ee aan ka qabno shaqadeena markaan joogno. Waxay waliba ka caawisaa arrinta haddii si dhab aan isku jecelnahay.
- Abaabul is-aammin ka dhixeyya adiga iyo qofka iyo qoyska aad u adegeyso. Leexle-exad ha ka yeelan oo noqo qof u-qalma aamminka. Ku aammin qofka iyo qoysku inay sameeyaan go'aammada ugu wanaagsan iyaga.

Taageerada Anshaxaa Quman

Taageerada Anshaxaa Quman ayaa ah xeelad loo adeegsanyo sidii wax looga qaban lahaa anshaxyada dhibaatada leh iyada lagu nuuxnuuxsanyo beddelitaanka bey'ada goobta iyo dad isdhhexgalka iyo xirfadaha qofka sidii u qofku karti ugu yeelan lahaa baahidiisa/deeda inay helaan iyaga oo aan ku kicin anshaxyada caqabada ama dhibaatada leh.

Taageerada anshaxaa quman ayaa ku saleysan xurmeyn, sharaf, iyo wax kala doorashada qofka.

Waxay ka caawisaa sidii loo saari lahaa habab wax ku ool leh oo la kulma baahida qofka iyada oo loo marayo shucuur quman. Tani micnaheedu waa iyada la siiyo qofka fursado iyo caawimo u ku:

- Barto sida wax loo xusho oo loo istcimaalo awoodaa shaqsiyed;
- Maamulo waxqabadyo maalmeedka, u ku dabasocdo hadafyada shaqsiyed, uuna qofku helo marinka dareyeel caafimaad wangaasan;
- Sameysto oo u ku haysto saaxiibtinmo iyo wada xiriiryo badan; Iyo
- U kaga qaybqaato waxqabadyo da'da ku habboon oo aad u kal duwan, qofkuna jecleysto horumariyana aqoonsiga quman ee qofka laftiisa iyo kuwa kaleba. Tan waxa ka mid ah shaqada, maararowga, dad dhexgalka, iyo danooyinka shaqsiyed.

Markay jirto jawi taageero leh, daryeel bixiyeyasha ayaa si ka-hortag ah ugu qorsheyesta sidii ay ula kulmi lahaayeen baahida qofka. Tani waxay ka ilaalin kartaa inuu qofku ku kaco anshaxyo dhibaato leh si uu helo jawaab. Tusaale ahaa, haddii aad ogaaato wax adaaraya anshaxyada aan habboonayn, arrimahaas waad naaqusi kartaa. U kordhinta fursadda qofka inay wax kal doortaan ayaa kordhin karta arrimo gacan ku hayntiisa/eeda markay tahay agagaarahooda oo laga yaabo ay naaquesaan anshaxaa dhibaatada leh iyada oo ah hab arrimaha lagu kontroolo.

Intaa waxa dheeraad ku ah weydiisiga ra'yiga qofka aad daryeeleyso, qoyska qofka ama daryeelibixiyaha joogtada ah oo waa arrin caawimo leh marka lagala tashado arrimaha ku saabsan caadeysiga qofka, wuxuu qofku jecel yahay iyo wax uusan jeceleynba, iyo baahidiisaba. Iyaga ayaa kuu tusaalayn sida ugu wanaagsan ee loola xiriyo ee loola shaqeeyo qofka.

Dhiirri-galinta iyo hababka kale quman ayaa ah in had iyo jeer loo istcimaalo marka hore si looga helo dadka wada shaqeynta. Kuwa soo socda ayaa ah wax ka-qabashooyinka qaarkood ee lagu talinayo:

- Hoggaaminta: Hadalka iyo jirka saansaantooda, waji ka hadalka iyo caawimada jirka
- Sixitaanka fudud: U sharraxa qofka inuu si khalad wax u sameeyay iyo tusitaanka dariiqa saxda ee loo sameeyo. Sixitaanka fudud ayaa had iyo jeer lagu sameeya hab fiican.
- Iska dhaafka anshaxaa aan habboonayn markay suurtagal iyo badbaado leedahay in sidaas la sameeyo.
- U fidinta ama soo jeedinta waxyaabo duwan iyo iyada ka hadalka waxyaabaha la kala dooran karo iyo cawaaqibta ka iman karta anshaxaa.
- Ku dhiiri-gali barashada firinta.

Haddii dhammaan isku-dayada In la helo qofku inuu arrimaha u hoggaansamo ay dhicisowdo oo aad karti u weydo inaad buuxiso ama aad sii waddo hawsha, markaa jooji hawsha oo u soo jeedso qofka. Isku-day inaad hawsha qabto mar kale ama maalin kale. Qof kasta ha noqodee ma aha in xoog lagu jujuubo inuu wax qabto wax uusan doonayn qofkaasi inuu sameeyo, laakiin waa xilkaaga inaad ka ilaalso inuu isdhaawaco qofku laftiisa, dadka kale ama milkiyaddaba.

Hababka badbaadinta ayaa loo fasaxayaa in laga dhexgalo ama laga ilaaliyo anshaxyada khatar ah ama wax u dhimaya qofka, dadka kale, ama milkiyaddaba, ama u keeenaya dadka kale kurbo aad u weyn oo shucuurta ah ama ama cilmi nafsi ahaanba ah. Kuwa soo socda ayaa ah dariiqooyinka wax ka-qabashooyinka qaarkood ee lagu talinayo:

- Iyada oo la isku gudbbo jir ahaan anshaxa iyada aan la qaban qofka.
- In laga amro qofku inuu agagaaraha ka tago iyada oon xoog/qasab lagu samayn.
- Iyada oo qofka lagu amro inuu meel ka tago iyada jir ahaan la qabto oo la kaxeeyo qofka.
- Iyada oo la isticmaalo albaabka iyo/ama qalabyada digniinta daaqadda ku yaal (waalid/go'aan mas'uul; shuruudaha qaarkood ayaa ku dabqma).
- Iyada oo marinka laga xaddido meelaha qaarkood.
- Iyada oo qaado waxa u qofku leeyahay ee lagu istcimaalayo dhaawac iskugu geysto qofka laftiisa ama dadka kaleba.
- Kormeerka loo baahanyahay.

Haddii midkoodna hababka qorku guuleysan waayaan oo qofka, adiga dadka kale, ama milkiyaddaba looga cabsaneyo food-saar khatar, u wac 911 si aad u hesho caawimo.

Markaad wax laga qabanayo anshaxa dhibka leh, qaababka qaarkood ee edbinta ama kantoolka ayaan la oggolayn hoosteeda xaald kasta ha noqotee markay yihiin Bixiyeyaasha Shaqsiga ah ee DDD. **Kuwa soo socda ayaa mammuuc ah:**

- Ciqaabta jidhka noo kasta ha noqotee;
- Ku qabashada koranta waax kasta oo oogada qofka ha noqotee;
- Qofka oo lagu qfulo kaligiis qol;
- Xakamaynta xoog ahaanta ama qalab ahaan ah;
- Dareen kicin ka-jeedin ah: Tan micnaheedu waa qofka oo lagu sameeyo dareen kicin aan wanaagsanayn (tusaale biyo lagu ceryaamiyo wajiga qofka, dhadhan aan wanaagsanayn oo afka qofka lagu galiyo);
- Ka kaxaynta, ka-reebka ama ka qaadka lacagta, tookenno, dhibcaha, ama waxqabadyada qofku horay uu u kasbaday.
- Uga baahan qofku Inuu dib-u-kasbado lacag ama sheyo horay loo Iibsaday; Iyo
- Ka-haynta ama ka beddelka cuntada iyada oo ah natiijo ka timid anshaxa.

KA WARBIXINTA DHACDADA

Dhacdooyinka daran, ee ay ka midka yihiin weerarka qofka, dhaawaca u baahan in caafimaad ahaan wax laga qabto, lumitaanka ama baxsiga, ama burbur daran oo ku yimaad milkiyadda oo loo baahan yahay si degdeg ah in loogu wargaliyo qoyska qofka ama daryeel bixiyaha iyo markaana Maamulaha DDD ee Kheyraadka Keyska.

Markaad tahay adeeg bixiye guri-dhexdiis, waxa dhici kartaa inaad waxyaabo ku aragto guriga dhexdiisa adiga ku khuseeya. Haddii aad dareento inay jiro daayacaad ama ka jirto si xun ula dhaqan nolosha qofka, waxaa inaad ka warbixisaan waxyaabaha aad ka welweleyso. U Wac Adeegyada Ilmaha ama Qofka Qaan-Gaarka ah isla markaaba oo markaana la xiriir Maamulaha DDD ee Kheyraadka Keyska.

Haddii aad dareensantahay inaad uga baahan tahay caawimo sidi loogu maamuli lahaa anshaxa qofka si wax ku ool leh, u wac DDD si aad u hesho caawimo.

Talooyinka Ka-Taxaddaryada Guud ee Caafimaad

- Gasho giloofyo markaad taabaneyso dhiigga iyo/ama dareeyaasha oogada ee dhiigga leh.
- Haddii meelo jeexan, nabaro, dilaacyo ama maqaar u qaawan halista aad leedahay, ku dabool kuwaa faashad.
- Gasho giloofyo markaad nadiifineyso sheyda ku wasakhoobay dareerayaasha oogada, ee ay ka midka yihiin kaadidda, saxarada, matagga, dareerayaasha unugga dhalmada haweenka ama shaawaddaba.
- Haddii aad isticmaaleysyo nooc giloofka caagga ah ee la iska-tuuro, hubi inay giloofyadu xaalad fiican ku jiraan (aan diirmin, dilaacin ama aan lahyn dalollo).
- Haddii kala firidh ku yimaad dareerahu suurtagal tahay, gasho dufan -dhawr ama dharka shaqada.
- Si looga tirtiro dareerayaasha meelaha dushooda, kaga dhaq saabuun iyo biyo ama waxyaabaha guriga lagu nadiifiyo oo jermiska kaga dil milan ah 1 qaaddo-miis oo bilij ah Illaa rubuc galaan biyo ah. Looma baahna in jermis-dilid lagu sameeyo dharka ama sheyda calalka ka sameysan maadama u dhaqista caadigu ku filan yahay.
- Ka sii daa biyaha dhammaan qashinka dareeraha ee musqusha.
- Qashinka adag waa in lagu xasilooneeyaa baco caag ah.
- Ha la-wadaagin ama ha u oggolaan dadka aad daryeeleyso inay wadaagaan cadayad, burushyada, shanlooyinka, koobabka ama muraayada, koofiyadaha, masarrada gacanta, dhibcaha indhaca, madiilaha lagu xiirto, iwm.

Talooyinka cudurrada guud:

- Ku dhiirri-gali kuwa bukaa inay afkooda daboolaan markay qufacayaan ama hindhisoonayaan oo ay gacmaha iska-dhaqaan had iyo jeer. Ha isticmaalaan waraaqaha tirtirka (tiishuuga) iyo koobabka waraaqda ah oo Isla markaaba la iskaga tuuri karo weelka qashinka. Dhaqo oo nadiifi waxyaabaha carruurtu ku ciyaarto (toys), maacuunka, qalabka ama fadhiga iyo alaabta guriga ee ayaa laga yaabo taabteen dareerayaasha oogadu.
- Ku dhiirri-gali qoysasku inay ku hayaan xubnahoo buka guriga illaa ay ka bogsanayaan.
- Ku dhiirri-gali qoysasku inay lahaadaan tallaalo taariikhdooda xaadir tahi oo u dhammaystir tallaalada dhammaan xubnaha qoyska.

Waraaqo macluumaad caafimaad dheeraad ah ayaa laga heli marka la warsado Maamulaha DDD ee Kheyraadka Keyska ama barta internetka ee Waaxda Adeegyada Bulshada iyo Caafimaadka ee Dawladda Gobolka Washington.

Qorshaha Taageero

Maamulaha DDD ee Kheyraadka Keyska ayaa ku siin doona woxoogaa macluumaad ah oo ku saabsan loo-shaqeeyahaaga (qofka naafanimada korriinka leh). Qadarka iyo nooca macluumaad ee adiga lagu siin doono ayaa xirnaan doonta xaaladda qofka iyo adeegyada ay helaan. Macmiilka/qoyska ayaa had iyo jeer ah kheyraadka ugu wanaagsan laga helo macluumaadka, laakiin Maamulaha DDD ee Kheyraadka Keyska ayaa looga baahn yahay inuu ku siiyo dhammaan macluumaadka shaqda lagaaga baahan yahay ee laguugu hagaajiyay adiga qorshaha taageerada.

Waxaad heli doontaa nuqlu ka mid ah qorshaha taageerada qofka. Qorshahan ayaa kuu faafaahin doonta adeegyada lagaa rabo inaad siiso loo-shaqeeyahaaga. Markaad la shaqeyneyso qofka, waxa laga yaabaa Inaad ogaato inay jirto baahi duwan oo caafimaad ama badbaado oo an lagu tilmaamin taageerada qorshaha. La xiriir Maamulaha DDD ee Kheyraadka Keyska sidii aad ugala hadli lahayd arrimaha.

Haddii aad u baahato caawimaad ama aad qabto su'aalo , u soo wac Maamulaha DDD ee Kheyraadka Keyska ama Isku-Duwaha Daryeelka Shaqsiyed ee Medicaidka ka jira deegaankaaga.

Deegaan 1: 1-800-462-0624
Deegaan 2:..... 1-800-822-7840
Deegaan 3:..... 1-800-788-2053
Deegaan 4:..... 1-800-314-3296
Deegaan 5:..... 1-800-248-0949
Deegaan 6:..... 1-800-339-8227

Waxaad macluumaad dheeraad ah ka heli kartaa arrimaha ku saabsan DDD adiga oo booqda barta internetka ee DDD kuna taal <http://www.dshs.wa.gov/ddd/index.shtml>

- Si aad u aragto fursadaha tababbaritaanka ku saabsan taageerada anshaxa quman, daryeelka-bixinta, iyo mawduucyada kale ee la xiriira naafada korriinka, guji meesha ku dul taal badhanka "Events and Training" (Dhacdooyinka iyo Tababbaritaanka) ee bogga hoyga ama waxaad tagtaa: <http://www.dshs.wa.gov/ddd/calendar.shtml>.
- Si aad u hesho macluumaad ku saabsan arrimaha ku saabsan naafada korriinka iyo mawduucyada kale la xiriira, guji badhanka kale "Resource Links" ee ku yaal bogga hoyga ama waxaad tagtaa: <http://www.dshs.wa.gov/ddd/links.shtml>.



ADSA Aging & Disability
Services Administration

Division of Developmental Disabilities

www.adsa.dshs.wa.gov